

Arden byder på kunst og musik til alle

Side 6



Løgstør Open Air slår alle rekorder

Side 5



## Familien gik i stykker: Inge Marie blev alkoholiker som 12-årig

Side 2, 3 og 4

Juvelen skifter batteri eller urrem, mens du venter.

Vi reparere smykker og ure - både små og store.

Vi omtrækker perle og stenkæder.

Vi omforandre eller nydesigner smykker - også af dit eget guld eller sølv.

Vi graverer i smykker, ure og pokaler.

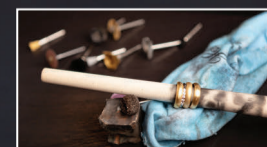
Vi køber guld og sølv.



Stort udvalg af guld, sølv og diamant-smykker

Stort ure til alle aldre og prisklasser

Juvelen giver 5 års garanti på Jaguar, Festina, Lacoste og Lotus ure, samt gratis batteriskifte og tilretning af lænke.



## J U V E L E N

Jernbanegade 3 9530 Støvring

WWW.JUVELEN.DK



# Himmerland

## Familien gik i stykker: Inge Marie

I mange år anede Inge Marie Mørch ikke, at hun var misbruger. Først da hun så sin udkørte søn, vidste hun, at hun havde et problem



Af Sofie Møller  
smo@dnmh.dk



og Martel Andersen  
ma@dnmh.dk

**STØVRING:** Alkohol slører dine tanker og følelser. Alkohol giver dig mulighed for at flygte fra det hele. Alkohol fjerner evnen til at kunne mærke dig selv.

Sådan lyder Inge Marie Mørchs beskrivelse af det rusmiddel, som i 20 år styrede hendes liv.

- Dengang var jeg ikke bevidst om, hvorfor jeg blev så tiltrukket af det. Nu ved jeg, det var, fordi jeg ikke kunne mærke mig selv, og så blev alting ligegyldigt, siger hun.

I dag er Inge Marie 48 år gammel. De seneste 15 år har hun ikke rørt alkohol. I alle 15 år har hun igen kunne mærke sig selv på godt og ondt og ikke mindst fået livet tilbage.

Vi sidder i hendes nyåbnede klinik i Støvring, hvor hun hver dag bidrager til, at andre også kan finde tilbage til glæden ved livet.

For nylig blev hun gift med sit livs kærlighed. Det er grunden til, at hun nu har hevet teltplæne op og er flyttet fra Vestsjælland til Nordjylland.

Hun fortæller, mens hun holder hånden op for at vise ringefingeren frem, og et stort, varmt smil breder sig på hendes læber.

Men bag smilet gemmer sig også en nervøsitet. Det indrømmer hun gerne, og det har intet med ægteskabet at gøre.

- Det er jo første gang, jeg skal fortælle hele historien, siger hun.

I mange år har folk spurgt hende, om hun ville inter-

views, havde lyst til at skrive en bog eller holde foredrag om sit liv. Hver gang har hun sagt nej.

- Det er ikke, fordi det er hemmeligt. Jeg har bare altid været bange for, at jeg ville blive fremstillet som et offer, forklarer hun.

Som hun sidder der, tilbage på stolen, er offer dog det sidste ord, man vil forbinde Inge Marie med. Det røde hår giver en stærk fornemmelse af power samtidig med, at hendes afslappende kropsholdning udstråler en særlig form for ro.

- Jeg har taget nogle valg, der ikke var smarte, og været igennem ting, man ikke ønsker for nogen at skulle igennem, men jeg er ikke et offer, fortsætter hun og tager en dyb indånding, som for at vise, at hun er klar til at fortælle.

### Kernefamilien gik i stykker

Inge Marie var seks år, da første oplevelse af kaos opstod i hendes liv. Indtil da var hun vokset op i den vestsjællandske by Kalundborg i en helt almindelig kernefamilie med mor, far og to ældre brødre.

Men da hendes forældre blev skilt, gik kernefamilien i stykker.

- Jeg husker ikke så meget fra dengang, andet end det var en turbulent tid, og at det var svært for mig at forstå, fortæller Inge Marie.

Faktisk skal vi frem til 12-års alderen, før hun kan genkalde sig mere konkrete minder. Det var her, alkoholmisbruget fik sin spæde start.

- Jeg var et tumultagtigt barn, der ikke kunne sidde stille, og som var forvirret indeni. Jeg var meget udadreagerende i skolen, og gik ofte for mig selv. Jeg havde vel brug for opmærksomhed, fortæller hun.

Præcis hvordan det skete, husker Inge Marie ikke, men



i de tidlige teenageår faldt hun i snak med voksne, fulde mennesker på havnen og ved købmanden, som i begyndelsen tilbød hende en tår øl eller to.

- Jeg fik smag for det, og det lagde en dæmper på det kaos, min hjerne var fyldt med, siger hun og ryster lidt smågrinende på hovedet over det absurde billede af en 12-årig pige, der drikker sig stiv på havnen med voksne mennesker.

Fra da af begyndte hun mere og mere at opsøge miljøerne på byens værtshuse og på havnen. Det blev en daglig vane at drikke.

Der gik ikke længe, før den unge Inge Marie blev for ustyrlig for de skilte forældre, som opgav at have hen-

de boende hjemme. Derfor kom hun først på ungdomspension, så kostskole og til sidst i plejefamilie.

### Sov på sofaer

Hvert sted blev det en kort fornøjelse, for intet af det passede til Inge Marie.

- Der var for mange regler. Jeg har aldrig været så god til regler, så jeg stak af og fandt tilbage i de miljøer, jeg var vant til at komme i, siger hun.

I stedet boede hun lidt hos sin mor, lidt på sofaer hos venner og på forskellige både ved havnen.

Selvom hun drak næsten dagligt, fik hun alligevel færdiggjort 10. klasse, og kom efterfølgende ind på teknisk skole, hvor hun ville uddan-

ne sig til smed.

- Dengang var det ikke så normalt for kvinder at blive smed, så jeg havde svært ved at finde en læreplads, fortæller Inge Marie og går så i stå i fortællingen.

Igen opstår der huller, hvor hun lige skal tænke sig om en ekstra gang for at huske, hvad der skete og hvornår.

- Nå ja, så boede jeg hos min bror i København i en kort periode, men det gik også op i hat og briller, for jeg kunne jo ikke sidde stille. Og jeg drak selvfølgelig stadig, indskyder hun.

### Flygtede fra sig selv

Det ene år tog det andet, og da Inge Marie først var fanget i alkoholens spind, tænkte

hun ikke videre over det. Det var en selvfølge for hende at fortsætte samme livsstil, som hun havde gjort, siden hun var 12.

I dag er det tydeligt for hende, hvorfor hun blev så afhængig.

- Jeg har altid haft meget uro for at sige det mildt. Der skulle altid ske noget. Det var en måde at flygte fra mig selv på. Når man ikke kan holde ud at være inde i sig selv, finder man på alt

» Jo mere jeg drak, jo mere kaotisk blev det indeni.

INGE MARIE MØRCH

INGE MARIE MØRCH

» Jeg har taget nogle valg, der ikke var smarte, og været igennem ting, man ikke ønsker for nogen at skulle igennem, men jeg er ikke et offer.



# Marie blev alkoholiker som 12-årig

- Alle år, jeg har været misbruger, har jeg kunne passe enten uddannelse eller arbejde imens. Jeg har altid været i gang med noget, siger Inge Marie.

Da hun siger det, fornemmer hun selv, at det næsten lyder for vildt til, at man vil tro på det. Hun har endda selv svært ved at forstå, at det kunne lade sig gøre. Men forklaringen er simpel.

- Har du hørt om funktionspromillen? spørger hun.

- Det er, når man præcis har så meget sprut i kroppen, at man fungerer bedst. For mig var det lige der, hvor jeg havde drukket tilpas meget, inden jeg blev "fuld fuld". Det var vel nok efter 10 til 15 øl, forklarer Inge Marie.

På den måde formåede hun altså at jonglere rundt med et lille barn og en læreplads som smed. Samtidig kom hun vidt omkring i mange forskellige miljøer.

- Jeg har været alkoholiker i alle samfundslag, siger hun og fortæller om rige kærester fra Nordsjælland, hvordan hun har gået rundt i fine kjoler og deltaget i gallamiddage på slottet, men også hvordan hun har sloges med vrede fiskere og flygtet fra rockere.

- Jeg har været udsat for et hav af seksuelle overgreb, fået tæsk, boet med kærester, der bankede mig og været udsat for psykisk vold.

Inge Marie remser det grove liv op, som var det ingredienser i en pastaret. Det er tydeligt at mærke, at hun i dag er et andet sted, og at den mørke tid ligger hende fjern.

Lige så svært kan det være at forstå, at denne storsmilende kvinde har været så meget igennem. Men ikke desto mindre var det ingredienserne i hendes liv dengang. Voldsom og hektisk med en solid funktionspromille. Indtil også den stak af.

## Misbruget blev synligt

32-årige Inge Marie ligger nærmest bevidstløs i et skur på havnen. Hun er fuld, angst og ser ting, der ikke findes. På en underlig måde, er hun bevidst om det, og samtidig kan hun ikke længere kende forskel på, hvad der er virkelighed, og hvad der er hallucinationer.

- Jeg var rigtigt langt ude der. Hvis ikke jeg havde haft Danni, havde jeg nok gjort ende på det hele, fortæller Inge Marie, der beskriver scenariet for 15 år siden i klare detaljer.

I årene op til begyndte tingene at gå mere skævt end

» Da Danni kom ind ad døren, var det tydeligt, hvor ødelagt han var, og jeg vidste, det var min skyld.

INGE MARIE MØRCH

normalt. Misbruget var blevet mere synligt, og folk var begyndt at lægge mærke til det.

- Dannis lærer lavede en indberetning til kommunen, som kom og besøgte os, men jeg viste dem et hjem, der fungerede, et barn, der havde det godt. Det var ikke, fordi jeg ville snyde, for jeg synes vitterligt ikke, der var noget galt, husker Inge Marie.

Men hendes bror så, hvor galt det stod til, og fik hende tilknyttet en misbrugskonsulent. Konsulenten var god, men hun havde svært ved at hjælpe Inge Marie, da hun ikke selv var klar til at blive hjulpet.

To år senere fandt hun sig selv i skuret. Bange for at gøre sig selv og andre fortræd. Var det nu, hun skulle bede om hjælp?

- Jeg forbandt stadig ikke min tilstand med, at det var, fordi jeg drak. Jeg troede i stedet, at jeg var ved at blive skør. Jeg havde en ide om, at jeg skulle låses inde i en gummicelle, hvor jeg ikke kunne gøre skade.

## En ødelagt søn

I stedet fik Inge Maries misbrugskonsulent skrevet hende ind på et døgnbehandlingscenter på Møn, hvor hun i starten kun havde én tanke.

- Hvad fanden laver jeg her? De er alkoholikere alle sammen. Jeg har ikke det problem, de har, fortæller hun.

Det var først, da hun nogle dage senere fik besøg af sin søn, at sandheden gik op for hende.

- Da Danni kom ind ad døren, var det tydeligt, hvor ødelagt han var, og jeg vidste, det var min skyld.

- I det øjeblik gik det op for mig, at jeg havde et problem. Jeg kunne ikke mærke, hvor dårligt jeg selv havde det, men jeg kunne se, hvor skidt han havde det, siger Inge Marie, der stadig i dag bliver rørt ved tanken om hendes dengang 13-årige udkørte

Fortsættes side 4

muligt. Jeg var altid god for en fest, siger hun.

Selvom alkoholen var et middel til at få ro i hovedet, fangede det hende også i en ond spiral.

- Jo mere jeg drak, jo mere kaotisk blev det indeni, og så kom angsten, paranoiaen og ensomheden, som jeg også blev nødt til at flygte fra, siger Inge Marie, der begyndte at eksperimentere en smule med stoffer.

- Jeg har dog aldrig rigtigt været på stoffer, alt blev bare prøvet, fortæller hun.

Egentlig så hun heller ikke sig selv som alkoholmisbruger i mange år. For hende var det liv, hun levede, normalt.

- Det slog mig ikke, at det var forkert. Alle dem, jeg

kendte, drak også. Jeg havde aldrig prøvet andet, siger hun.

## Svær beslutning

Som 19-årig blev Inge Marie gravid med en mand, hun på det tidspunkt knap nok kendte. Han var også "tumult-agtig", som hun siger.

Hun vidste med det samme, at hun ikke ville beholde barnet.

- Jeg skulle ikke sætte børn i verden, når jeg havde det på den måde, husker Inge Marie, at hun tænkte.

Men på vej op til sygehuset, hvor hun skulle have aborten foretaget, vendte hun pludselig om. Noget i hende gjorde, at hun ombestemte sig.

- Jeg har taget nogle valg, der ikke var smarte, og været igennem ting, man ikke ønsker for nogen at skulle igennem, men jeg er ikke et offer.

Foto: Martél Andersen

- Jeg ved stadig ikke helt, hvad det var. Det var en følelse af, at det var forkert at få barnet fjernet, fortæller hun eftertænksomt og dvæler lidt ved tanken om, at den beslutning skulle komme til at redde hendes liv, ikke bare en, men mange gange.

Samme dag hun kom hjem, stoppede hun med at drikke. Abstinenserne væltede ind over hende, men hun holdt fast, og snart kom hendes dreng, Danni, til verden.

Mens Inge Marie ammede

sin lille søn det første år, fortsatte hun livet som ædru. Men da amningen var slut, skulle der kun et par glas vin hos nogle venner til, før hun igen var tilbage i alkoholens spind.

## Alle samfundslag

Som at blinke med øjnene var Inge Marie fluks tilbage i gamle vaner. Alkohol, piller, kaos.

Trods det fortsatte hverdagen med et lille barn, der skulle passes og en uddannelse som smed, der skulle færdiggøres.



# Himmerland



Store dele af Inge Maries liv har været gråt og unuanceret. - At være misbruger er lidt som at være lukket inde i sit eget fængsel, fortæller hun. Foto: Martél Andersen

Fortsat fra side 3

søn.

Der bliver stille, mens Inge Marie et kort sekund kæmper mod de blanke øjne.

- Hvis jeg kunne forklare, hvad der skete i mig, ville jeg blive millionær og sælge misbrugsbehandlinger på det. For siden den dag har jeg ikke haft trang til at drikke, siger hun med genvundet vilje i stemmen.

## Ikke et spildt liv

Efter besøget fra Danni gik tre måneders intensiv misbrugsbehandling i gang, og langsomt begyndte Inge Marie at få det bedre. Hun begyndte at se verden i farver igen.

- Jeg kan huske en dag, en veninde og jeg var ude at gå en tur, hvor jeg får sagt til hende: "Hold kæft mand, de der blade er grønne." Hun kiggede bare på mig, som om jeg var idiot, fortæller en leende Inge Marie.

- For mig havde livet været gråt, men den dag kunne jeg se, at bladene var grønne. Jeg kan helt mærke friheden, når jeg taler om det.

Da behandlingen var slut, sørgede Inge Maries bror for, at hun og Danni flyttede til Odsherred for at starte på en frisk. Hun skulle ikke tilbage til de gamle venner på havnen i Kalundborg.

Inden hun kom i behandling, havde hun været i gang

med pædagoguddannelsen. Hun havde i sinde at gøre den færdig.

- Der vidste jeg, at jeg ville arbejde med misbrugere. Mit liv skulle ikke være spildt. Jeg var kommet ud af det her, og det skulle bruges til noget, siger Inge Marie, der efter uddannelsen fik fast arbejde i Odsherred Kommune som misbrugsbehandler.

Jobbet i kommunen gav hende meget, men hun var også blevet sulten på livet på en måde, hun aldrig havde oplevet før. Hun ville være den bedste til at hjælpe folk videre, men manglede viden, så hun begyndte på psykoterapeutuddannelsen.

Men lige som det gik bedst, ramte en ny krise, da hendes krop pludselig stod af.

- Jeg fik ondt overalt i

kroppen, jeg kunne ingenting, fortæller hun.

Mange måneders udredning ventede forude. Efter at have besøgt reumatologer, psykiatere og neurologer fik hun diagnoserne adhd, ptsd (posttraumatisk stressforstyrrelse), fibromyalgi og tre gigtdiagnoser.

## Den vigtigste lektion

- Det var voldsomt pludselig at fejle så meget, husker Inge Marie, der blev tilbudt en masse medicin mod smerterne.

Men hun skulle ikke tilbage til pillerne, som hun netop var kommet videre fra. I stedet undersøgte hun andre behandlingsmuligheder.

Gennem træning og kost oplevede hun enorme forbedringer, og blot et år efter blev hun erklæret rask.

Det var her, den vigtigste lektion gik op for hende. At krop og sind hænger uløseligt sammen.

- Jeg fandt ud af, at en stor del af mine fysiske smerter var en reaktion på alt det, jeg havde været udsat for, siger hun.

Under behandlingen på misbrugscenteret havde hun på intet tidspunkt forholdt sig til, hvordan hendes krop havde det.

- Da jeg gennem psykoterapeutuddannelsen arbejdede med sammenhængen mellem krop og sind, mærkede jeg min krop, og så væltede alle mine traumer op som fysiske smerter.

Med sin nye viden kunne Inge Marie ikke længere se sig ud af de begrænsninger, hun følte, der var i det offentlige sundhedsvæsen -

både i forhold til den hjælp hun selv havde fået, men også i forhold til hendes arbejde.

- Jeg oplevede, at man tog forbehold for kun det fysiske eller kun det mentale. Man så ikke hele mig. Og på arbejdet som misbrugsbehandler skulle jeg stille bestemte spørgsmål og ud fra svarene putte klienterne i bestemte kasser. For mig var det en begrænset virkelighed at arbejde under. Det måtte jeg kunne gøre bedre selv, siger hun.

## Hele mennesket

Uden en krone på lommen startede Inge Marie op som selvstændig. Sideløbende med, at hun fik bygget sin klinik op, specialiserede hun sig yderligere indenfor behandling af krop og sind

» Det er en livslang og daglig vedligeholdelse at være glad helt ind i hjertet.

INGE MARIE MØRCH

og fik tilføjet flere nyttige uddannelser til cv'et: Traumeterapeut, familierapeut, personlig træner og tilknytningscoach.

- Her kan jeg få lov til at behandle det hele menneske og lade det tage den tid, det tager. Her er der ikke noget med, at om tre måneder skal du være i arbejde igen. Hos mig er det et samarbejde med klienten om, hvordan han/hun har det lige nu, og hvilken vej man er klar og villig til at gå.

Siden hun åbnede sin egen klinik, har hun haft mentorforløb med misbrugere fra Odsherred Kommune, men det er langt fra kun misbrugere, der kommer forbi klinikken.

- Hos mig kan du komme med alt. Jeg har både klienter med fysiske og psykiske problemer, børn med diagnoser og voksne med konflikter. Målet er det samme: At bidrage til at de kan hjælpe sig selv videre i livet og få det godt.

For kort tid siden rykkede hun så klinikken med sig til Støvring, hvor hun allerede er godt i gang med at hjælpe flere nordjyder. Snart skal hun også have startet mentorforløb op i samarbejde med Rebild Kommune.

Udover at bidrage til, at andre får det godt, gør Inge Marie også en dyd ud af at holde sig selv sund og rask. For selvom alkoholen ikke har været en del af hendes liv i 15 år, har det været en lang proces at nå dertil.

- Jeg møder stadig ting, der kan rode op i gamle traumer, men nu ved jeg, hvad jeg skal gøre ved det, siger hun.

- Det er en livslang og daglig vedligeholdelse at være glad helt ind i hjertet.

Når hun i dag tænker tilbage på 12-årige Inge Marie, fyldes hun hverken med vrede eller tristhed, men med taknemmelighed.

- Jeg bliver vildt taknemmelig over, jeg er i live. Og over at være i stand til at tage mig af mig selv. Førhen turde jeg ikke være sammen med mig selv, men nu elsker jeg at være i mit eget selskab.

Et stort, saligt smil spreder sig endnu engang, før de sidste ord i historien forlader hendes læber.

- I 20 år handlede det om at overleve. I dag lever jeg.



Efter Inge Marie blev ædru, har hun i høj grad levet efter Pippis kendte citat. Det har blandt andet haft betydning for, at det gennem kost, træning og terapi er lykkedes for hende at helbrede sig selv fra fysiske smerter. Foto: Martél Andersen



Inge Maries søn, Danni, er den hovedsagelige grund til, at hun er, hvor hun er i dag. Foto: Martél Andersen